



Pedoman Praktikum ▶ **MIKRO KONSELING**

Siti Aminah

■■■
Proogram Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
2017



Daftar Isi

ISI	HALAMAN
HALAMAN DEPAN	1
DAFTAR ISI	2
PENDAHULUAN	4
PENYELENGGARAAN PRAKTIKUM MIKRO KONSELING	6
MEKANISME PELAKSANAAN PRAKTIKUM	14
LAMPIRAN	
- CONTOH INTAKE KONSELING	22
- LEMBAR FORMAT REFLEKSI MIKRO KONSELING	25
- LEMBAR PENILAIAN MIKRO KONSELING	27

Pendahuluan

Program studi bimbingan dan konseling memiliki visi untuk menghasilkan calon guru bimbingan dan konseling yang unggul berdasarkan ketakwaan, kemandirian, kecendekiaan, dan berwawasan kebangsaan. Dalam rangka mewujudkan visi tersebut program studi bimbingan dan konseling berupaya menyelenggarakan kegiatan pembelajaran yang dapat membekali mahasiswa untuk menjadi guru bimbingan dan konseling yang memiliki kompetensi khusus dalam bidang bimbingan dan konseling.

Untuk mewujudkan lulusan yang memiliki kompetensi akademik dan terampil dalam memberikan pelayanan konseling. Program studi bimbingan dan konseling tidak hanya menyelenggarakan pembelajaran teori melainkan juga pembelajaran praktikum. Kegiatan praktikum bertujuan untuk meningkatkan ketrampilan mahasiswa berdasarkan teori yang telah diperoleh sebelumnya.

Setiap matakuliah praktikum diikuti oleh maksimal sepuluh orang mahasiswa dan satu dosen pengampu. Jumlah peserta praktikum dibatasi dengan tujuan kegiatan praktikum dapat berlangsung lebih intensif. Sebelum perkuliahan dimulai, koordinator mata kuliah praktikum menyelenggarakan koordinasi dengan seluruh dosen pengampu. Praktikum mikro konseling merupakan mata kuliah praktikum yang ditempuh pada semester V (lima). Dalam pelaksanaan praktikum membutuhkan pedoman praktikum yang bertujuan untuk memudahkan dosen dalam melaksanakan kegiatan praktikum. Pedoman praktikum terdiri dari identitas mata kuliah, kompetensi yang diharapkan, mekanisme perkuliahan, evaluasi dan refrensi.

Dosen pengampu dapat menambahkan alat dan bahan serta mengatur pertemuan praktikum sesuai dengan jadwal masing-masing.

Penyelenggaraan Praktikum Mikro Konseling

A. Identitas Matakuliah

Nama Matakuliah	: Mikro Konseling
Bobot SKS	: 2
Jumlah pertemuan	: 32 pertemuan
Jumlah peserta	: 10 mahasiswa
Status Matakuliah	: Wajib lulus
Matakuliah Prasyarat	: Teori dan Teknik Konseling

B. Deskripsi Matakuliah

Praktikum keterampilan mikro konseling merupakan tahap awal bagi mahasiswa dalam melakukan praktikum konseling baik konseling individual maupun konseling kelompok. Mahasiswa diwajibkan mampu menguasai keterampilan mikro konseling sebelum menempuh praktikum konseling individual yang mana di dalamnya menggunakan pendekatan teori konseling tertentu. Keterampilan mikro konseling ini diharapkan dapat menjadi keterampilan yang terinternalisasi pada diri mahasiswa sehingga dapat digunakan secara terintegrasi dan dikombinasikan dengan teknik menurut pendekatan teori konseling.

C. Kompetensi Yang Dibentuk

1. Mahasiswa mampu menunjukkan perilaku yang sesuai dengan kode etik, kompetensi multicultural, dan wellness.
2. Mahasiswa mampu mempraktikkan keterampilan-keterampilan dasar mikro konseling mulai dari rumpun keterampilan mendengarkan, interview dalam konseling, memfokuskan inti permasalahan, pemaknaan, dan diagnosis, mempraktikkan keterampilan untuk mempengaruhi dan

strategi, dan mengintegrasikan seluruh keterampilan dalam aktivitas konseling. Puncak dari hierarki ini adalah penentuan personal style and theory yang mana akan dipraktikkan pada waktu konseling individual.

Adapun acuan pelaksanaan praktikum mikro konseling ini adalah microskills hierarchy yang dikembangkan oleh Allen E. Ivey (2007):

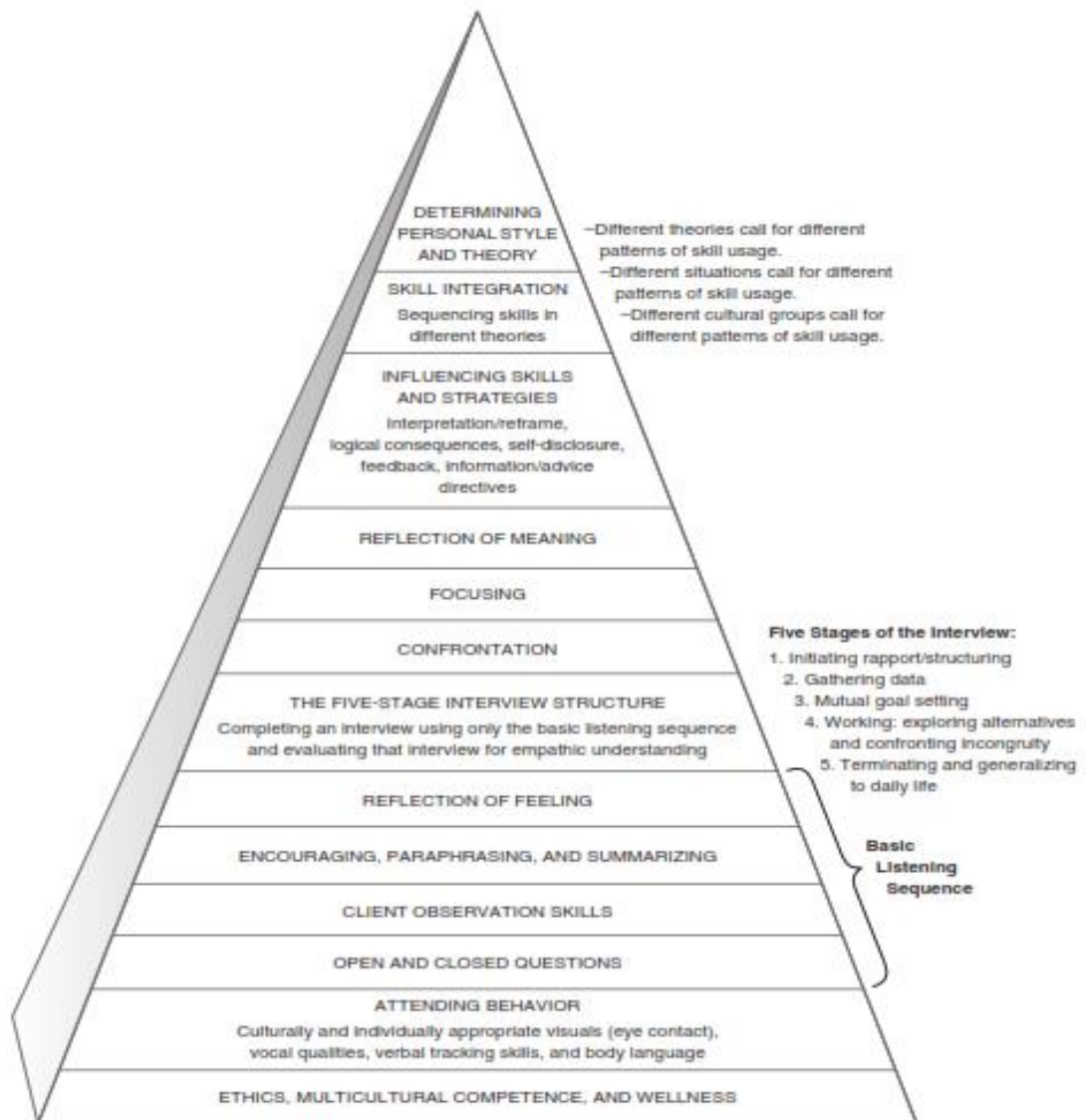


Figure 1 Microskills hierarchy

Source: © 1982, 1987, 2003, 2007 Allen E. Ivey. Reprinted with permission.

1. *Ethic, Multicultural competence and Wellness and Wellness.*

Merupakan hirarki yang pertama yaitu etika, kompetensi multi budaya dan kondisi individu yang sehat. Konselor diharapkan menampilkan diri sesuai dengan etika, menghargai perbedaan dan sehat.

Hasil yang diharapkan : klien belajar, mengapresiasi dan respek dengan konseling.

2. *Attending Behavior*

a. *Culturaly and individually appropriate visuals (eye contact)*

Menampilkan diri dengan tepat dan kontak mata pada klien.

b. *Vocals qualities*

Menggunakan suara yang tepat tidak terlalu rendah atau tinggi juga tidak terlalu cepat atau lambat.

c. *Body Language*

Menggunakan bahasa tubuh yang sesuai. Duduk rileks dengan menghadap klien. Menghindari bahasa tubuh yang tidak diperlukan. Hasil yang diharapkan dari attending behavior : Klien dapat lebih nyaman, dapat berbicara lebih bebas dan menunjukkan respon terbuka tentang topic permasalahan yang sedang ditanyakan.

3. *Basic Listening Sequence*

a. *Open and Closed Questions*

Open question dimulai dengan bagaimana, kapan, mengapa dan dimana. Open question bertujuan untuk menggali lebih banyak dan lebih detail informasi dari klien. Close question merupakan pertanyaan yang dimulai dengan kata Tanya “apa” yang bertujuan untuk mendapatkan informasi yang lebih spesifik. Jika keduanya digunakan maka informasi yang diperoleh akan lebih lengkap dan jelas.

b. *Client Observation Skills*

Mengamati klien untuk mengetahui kapan waktu yang tepat untuk mengaplikasikan ketrampilan dasar konseling. Selain itu juga mengamati jika ada ketidakcocokan antara pernyataan dan perilaku yang ditunjukkan klien. Aspek yang diamati ekspresi wajah, bahasa tubuh dan pernyataan klien.

c. *Encouraging, paraphrasing and summarizing*

Encouraging dilakukan dengan dua cara yaitu verbal dengan mengulang kata kunci, pernyataan “ceritakan lebih lanjut”, dan non verbal dengan menganggukkan kepala. Bertujuan untuk mendukung klien melanjutkan berbicara mengenai permasalahannya. Hasil yang diharapkan klien dapat bercerita lebih rinci.

Paraphrasing merupakan ketrampilan memberikan umpan balik dengan memberikan pernyataan berdasarkan apa yang disampaikan klien. Konselor perlu memahami esensi dari pernyataan klien. Sehingga bisa memparaphrase dengan tepat. Hasil yang diharapkan adalah klien merasa didengarkan dan klien memberikan informasi lebih lanjut. Jika paraphrase tepat maka klien akan merespon dengan “iya, benar”.

Summarizing merupakan meringkas pernyataan dengan jangka waktu lebih lama dari paraphrase. Bertujuan untuk membantu mengintegrasikan pikiran, perasaan dan perilaku serta menghasilkan diskusi yang lebih terfokus.

d. *Reflection*

a. *Reflection of feeling*

Reflection of feeling merupakan ketrampilan untuk mengidentifikasi emosi yang muncul dengan memberikan umpan balik berdasarkan perasaan yang ditampilkan oleh klien. Hasil yang

diharapkan dapat membantu konseli merasakan perasaan yang lebih mendalam.

b. Reflection of thinking

Reflection of thinking merupakan ketrampilan untuk mengidentifikasi pikiran-pikiran yang muncul dengan memberikan umpan balik berdasarkan pikiran yang ditampilkan dalam kalimat yang disampaikan oleh klien. Hasil yang diharapkan dapat membantu konseli memahami pemikirannya terkait masalah yang dialami konseli.

c. Reflection of meaning

Merefleksikan makna mengarah pada pikiran yang lebih mendalam dan makna dengan mengidentifikasi makna dari pengalaman sehari-hari. Bagi konselor siapa yang merefleksikan makna pada dirinya, mereka akan menemukan klien yang mampu mencari lebih mendalam aspek pada pengalaman hidup mereka. Peristiwa yang sama sepenuhnya memiliki arti yang berbeda bagi pengalaman individu dalam peristiwa tersebut. Ketrampilan merefleksikan makna adalah untuk membantu mengeksplorasi nilai-nilai dan tujuan dalam hidup, dengan memahami secara mendalam aspek pada pengalaman mereka.

4. Fives stage interview skills

Dalam lima tahapan ketrampilan wawancara mahasiswa dilatih untuk menyusun kalimat-kalimat pertanyaan terbuka yang bertujuan untuk memperoleh data terkait permasalahan yang dialami. Adapaun tahapan ketrampilan bertanya adalah sebagai berikut:

a. Initiating rapport/structuring

Membangun hubungan baik. Hasil yang diharapkan klien dapat lebih mudah memahami permasalahan yang sedang dialami. Selain itu klien

juga dapat mengetahui harapan dan tujuan sesi konseling yang dilakukan.

b. Gathering data

Mengungkap permasalahan klien melalui ketrampilan bertanya. Konsekuensi yang diharapkan klien dapat menceritakan **pikiran, perasaan dan perilaku** terkait permasalahan yang dialami. Selain itu klien juga dapat menceritakan kekuatan dan sumber pemecahan yang mungkin dapat membantu permasalahannya.

c. Mutual goal setting

Bersama konselor, klien diajak untuk memahami apa yang paling diharapkan saat ini dan apa yang paling diinginkan oleh klien. Konsekuensi yang diharapkan klien dapat mendiskusikan apa yang diinginkan, pikiran-pikiran baru, perasaan-perasaan baru dan perilaku yang mungkin akan dirubah. Selain itu juga klien mengungkapkan harapan tentang keinginan masalah yang dialaminya dapat diselesaikan.

d. Working, exploring alternatives and confronting incongruity

Pada tahap ini klien sudah memiliki beberapa alternative pemecahan masalah, kemudian konselor membantu mengeksplorasi alternatif pemecahan masalah dan mengkonfrontasi y jika ada keganjilan atau ketidakjelasan pada pernyataan klien. Konsekuensi yang diharapkan klien dapat memeriksa kembali tujuan yang diharapkan dengan melihat cara-cara penyelesaian masalah yang baru dan memulai cara baru untuk bergerak maju dan melakukan konfrontasi pada hal-hal yang tidak sesuai. Sehingga klien memperoleh hal-hal baru.

e. Terminating and generating daily life

Mengakhiri wawancara konseling dan merencanakan alternative pemecahan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Semua tahapan telah terlampaui, klien diajak untuk menunjukkan perubahan pikiran,

perasaan dan perilaku dalam kehidupan sehari-hari diluar wawancara konseling.

5. *Confrontation*

Berkut ini ada tiga tahap konfrontasi dalam konseling. Tahap pertama meliputi identifikasi pesan yang tidak jelas (dalam mengungkapkan kalimat atau non verbal). Tahap kedua konselor mengajak untuk menyadari ketidakjelasan dan membantu klien untuk memperjelasnya. Tahap terakhir mengevaluasi dengan memberikan intervensi yang efektif untuk mengubah dan memperjelas apa yang dirasakan, dipikirkan dan dilakukan. Ketidaksesuaian yang dapat dikonfrontasi antara lain pikiran dan perasaan, pikiran dan perilaku, perasaan dan perilaku atau kombinasi dari pikiran, perasaan dan perilaku.

6. *Focusing*

Ivey mengidentifikasi enam area konselor dapat focus dalam sesi konseling untuk membawa perspektif yang lebih luas dan solusi potensial. Konselor mengarahkan klien pada hal-hal yang berkaitan dengan masalah.

Individual focus yang pertama, dimana konselor memulai sesi konseling berfokus pada aspek personal; demografi, sejarah dan alasan-alasan mengapa konseling ini dilakukan dari klien. Konselor akan sering menggunakan nama klien untuk membantu membawa ke focus secara penuh pada klien. Misalnya : “Joan, ceritakan pada saya tentang diri anda” , “Joan, apakah anda anak perempuan tertua di keluarga?”

Kedua; tema inti atau focus pada masalah. Memperhatikan adalah memberikan alasan mengapa klien melakukan konseling. Focus lainnya, tidak ada permasalahan yang benar-benar disembunyikan, individu lainnya sering membicarakan masalah pada teman, kolega, anggota keluarga dan

orang lain yang berhubungan dengan individu yang menjadikan alasan untuk memutuskan melakukan sesi konseling.

Focus keluarga, saudara kandung, orangtua, anak-anak. Mengarah pada definisi keluarga, setiap orang memiliki definisi yang berbeda-beda, siapa saja yang dianggap sebagai keluarga, apakah keluarga inti, saudara jauh, teman dekat.

Focus saling adalah bagaimana klien bereaksi pada konselor, karena ini mengindikasikan bagaimana klien mengembangkan relasi dengan orang lain. Ini mengarahkan untuk konselor dan klien pada level yang sama. Konselor dapat bertanya “dapatkan kita bekerja sama?” “bagaimana anda seperti saya untuk membantu situasi ini?” Fokus pada wawancara adalah dimana konselor mungkin membuka informasi tentang diri mereka sendiri.

Terakhir fokus budaya/lingkungan/konteks. Meliputi komunitas dimana mereka tumbuh, tetapi dapat mengarah pada isu yang lebih luas seperti gender, ras, etnis, agama, sosio-ekonomi, status untuk meningkatkan pemahaman pada individu.

Mekanisme Kegiatan Praktikum

Dialokasikannya mata kuliah praktikum mikro konseling sebelum praktikum konseling individual memungkinkan pelaksanaan praktikum lebih focus pada keterampilan dasar konseling. Secara lebih rinci pelaksanaan praktikum adalah sebagai berikut:

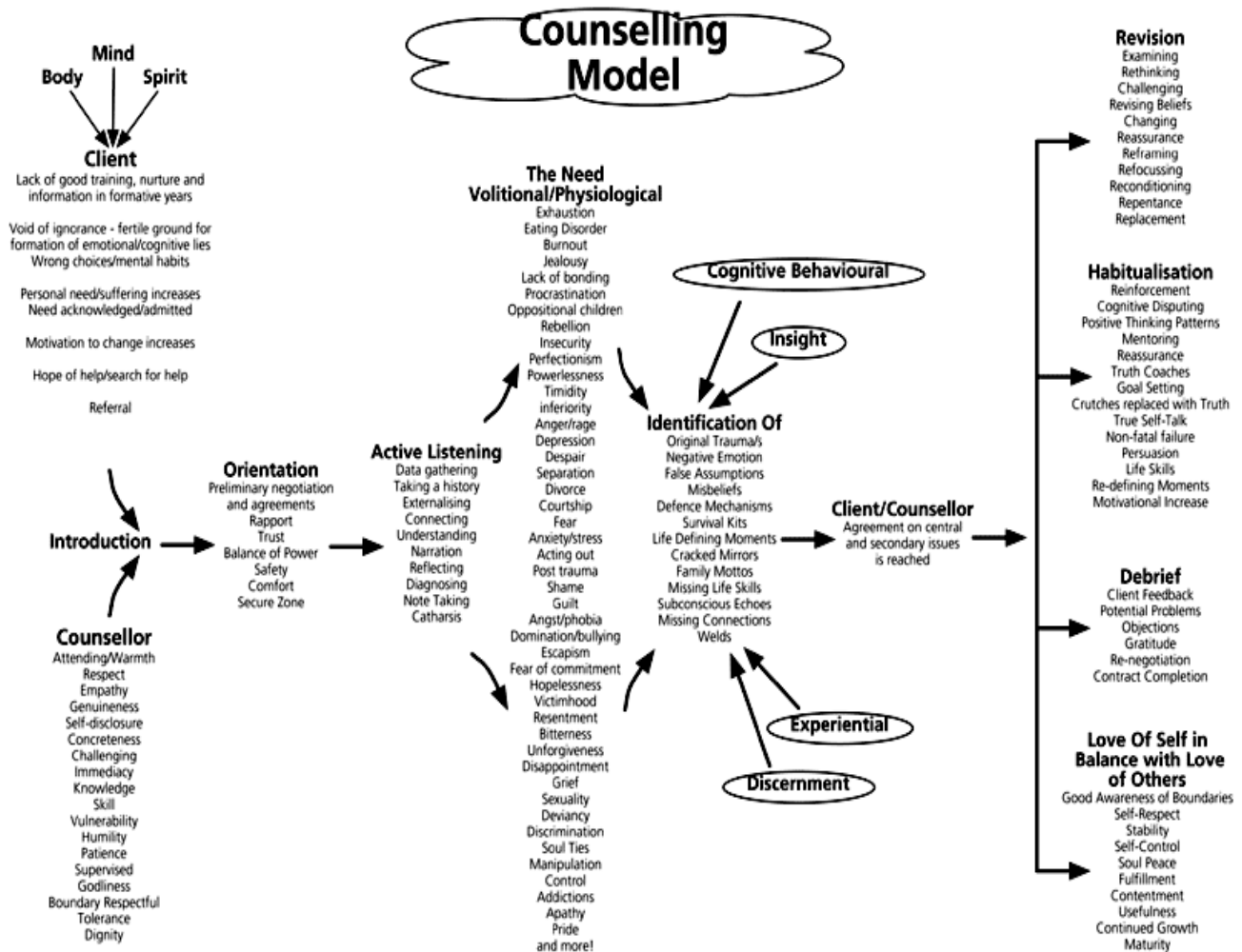
Pert Ke-	Tujuan	Kegiatan
1-2	a. Mengetahui substansi beserta kompetensi yang akan dicapai secara umum. b. Memahami <i>ethics, multicultural, competence and wellness dalam sesi konseling</i> . c. Memahami <i>microskills</i> hierarchy Ivey.	<ul style="list-style-type: none"> • Mengenal diri sendiri untuk mengenal orang lain • Membantu orang lain dengan mendengarkan • Pentingnya mengembangkan <i>self-awareness</i> • Konselor sebagai profesi yang membantu (<i>helping profession</i>) • Isu budaya dalam konseling
3-4	a. Mahasiswa dapat mengembangkan kemampuan membangun hubungan terapeutik. b. Mahasiswa mampu mengembangkan kualitas, ketrampilan dan pengetahuan dalam mendengarkan dalam percakapan konseling.	<ul style="list-style-type: none"> • Refleksi kasus dan pengalaman sehari-hari • Mengembangkan kualitas, keterampilan dan pengetahuan dalam mendengarkan : <ul style="list-style-type: none"> • <i>Emphaty, sincerely, respect, integrity, resilience,</i> • <i>Humility, fairness, wisdom, courage, competence and assertiveness.</i>
5-6	a. Mahasiswa mampu	<ul style="list-style-type: none"> • Mahasiswa secara berpasangan

Pert Ke-	Tujuan	Kegiatan
	<p>memahami pentingnya attending behavior dalam sesi konseling.</p> <p>b. Mahasiswa mampu mempraktekkan Attending behavior (<i>Culturally and individually appropriate, visuals (eye contact), vocal qualities, verbal tracking skills, and body language</i>).</p>	<p>diberikan kesempatan untuk mempraktikkan attending behavior.</p> <ul style="list-style-type: none"> Diskusi mengenai kesulitan dan hambatan dalam menerapkan <i>attending behavior</i>.
7-8	<p>a. Mahasiswa mampu memahami pentingnya <i>basic listening sequence</i> dalam sesi konseling.</p> <p>b. Memparktekan “basic listening sequence” (<i>paraphrase, summarizing and reflection of feeling</i>).</p>	<ul style="list-style-type: none"> Mahasiswa secara berpasangan diberikan kesempatan untuk mempraktikkan attending behavior. Diskusi mengenai kesulitan dan hambatan dalam menerapkan basic listening sequence (<i>paraphrase, summarizing and reflection of feeling</i>) pada sesi konseling.
6-9	<p>a. Mahasiswa mampu memahami pentingnya <i>The five stage interview structure</i> dalam sesi konseling.</p> <p>b. Mahasiswa dapat mendesain</p>	<ul style="list-style-type: none"> Mahasiswa menyusun pertanyaan-pertanyaan dan secara berpasangan mempraktekkan <i>5 stage interview structure</i>

Pert Ke-	Tujuan	Kegiatan
	<p>pertanyaan-pertanyaan dalam <i>interview structure</i> menurut Ivey (2007):</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ <i>Initiating rapport structuring</i> ➤ <i>Gathering data</i> ➤ <i>Mutual goal setting</i> ➤ <i>Working exploring alternative and confronting incongruity</i> ➤ <i>Terminating and generalizing to daily life.</i> <p>c. Mahasiswa dapat mempraktekkan <i>five stage interview structure</i>.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mahasiswa secara berpasangan diberikan kesempatan untuk mempraktekkan <i>5 stage interview structure</i>. • Diskusi mengenai kesulitan dan hambatan dalam menerapkan <i>5 stage interview structure</i> pada sesi konseling.
11-12	<p>a. Mahasiswa mampu memahami tujuan dan bagaimana penerapan ketrampilan <i>confronting and focusing reflection of meaning</i> dalam sesi konseling.</p> <p>b. Mahasiswa dapat mempraktekkan ketrampilan <i>confronting and focusing reflection of meaning</i>.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mahasiswa secara berpasangan diberikan kesempatan untuk mempraktekkan <i>confronting and focusing reflection of meaning</i>. • Diskusi mengenai kesulitan dan hambatan dalam menerapkan <i>confronting and focusing reflection of meaning</i> pada sesi konseling.

Pert Ke-	Tujuan	Kegiatan
13-23	<p>Mahasiswa dapat mendesain dan mempraktekkan percakapan konseling dalam satu sesi konseling dengan menggunakan kasus yang nyata. Adapun tahapannya adalah sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membangun hubungan baik dengan klien (attending, listening skills) 2. Mengidentifikasi permasalahan (<i>5 stages interview skills</i>) 3. Pengukuran dan penetapan tujuan (<i>Focussing dan diagnosis</i>) 4. Intervensi (teori pendekatan dan teknik) 5. Evaluasi, pengakhiran, follow up, referral 	<ul style="list-style-type: none"> • Mahasiswa secara berpasangan diberikan kesempatan untuk mempraktekkan satu sesi konseling beserta ketrampilan dasar konseling. • Mahasiswa lain menjadi observer dan memberikan masukan. • Dosen dan observer memberikan masukan tentang praktikum mikro konseling yang telah dilaksanakan. • Praktikan melakukan refleksi diri tentang pelaksanaan praktikum yang telah dilakukan secara verbal.
24	Refleksi	<ul style="list-style-type: none"> • Masing-masing mahasiswa melakukan refleksi tentang pelaksanaan praktikum mikro konseling secara tertulis.

Berikut adalah ilustrasi model pelaksanaan sesi konseling yang dapat digunakan mahasiswa dan dosen dalam mempraktekkan sesi konseling secara utuh:



Refrensi

- Favier, C., Eisengart, S., Colonna, R., *The Counselor Intern's Handbook*, (Belmont, CA: Brooks/Cole, Cengage Learning, 2004) pp. 66-67,
- H. Hackney and S. Cormier (2005). *The Professional Counselor*. Boston: Pearson. P. 25.
- Learning.Neukrug, E., *The World of the Counselor: an Introduction to the Counseling Profession*, (Belmont, CA: Brooks/Cole, Cengage Learning, 2012) pp. 170-173.
- Sharf, R. (2011). *Theories of psychotherapy & counseling: Concepts and cases*. Cengage
- Ivey, A., Ivey, M., & Zalaquett, C. (2013). *Intentional Interviewing and Counseling: Facilitating Client Development in a Multicultural Society*. Cengage Learning.

Penilaian Praktikum Mikro Konseling

Aspek yang dinilai
Kesesuaian tahapan konseling
Kelancaran menampilkan Micro Skills <ul style="list-style-type: none">- Verbal- Non verbal
Ketepatan dalam menampilkan Micro Skills <ul style="list-style-type: none">- Verbal- Non verbal

LAMPIRAN

Lampiran 1

**FORMAT LEMBAR REFLEKSI
PRAKTIKUM MIKRO KONSELING**

Hari/Tgl Praktikum :

Pengalaman yang diperoleh setelah melaksanakan praktikum mikro konseling:

.....

.....

.....

.....

.....

Nilai-nilai yang diperoleh pada praktikum mikro konseling berkaitan dengan profesi konseling

.....

.....

.....

.....

.....

Hambatan dan kendala yang dialami saat melaksanakan praktikum mikro konseling

.....

.....

.....

.....

.....

Cara yang dapat dilakukan untuk meminimalisir kendala dalam melaksanakan praktikum mikro konseling

.....

.....

.....

.....

.....

Yogyakarta,

(nama)

NIM

Lampiran 3

LEMBAR PENILAIAN PRAKTIKUM

Berilah tanda centang (V) pada kolom penilaian dengan panduan penilaian sebagai berikut:

Skor 1-3 : Ketrampilan muncul namun pernyataan dan waktu yang kurang tepat

Skor 4-6 : Ketrampilan ditampilkan dengan verbal/no verbal dengan tepat namun waktu yang kurang tepat

Skor 7-10 : ketrampilan ditampilkan dengan verbal/non verbal dengan tepat dan waktu yang tepat

Micro Skills	Nilai										Keterangan
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Attending											
1. Eye contact											
2. Body Language											
3. Encouraging											
Basic Listening Sequence											
1. Open & close questions											
2. Paraphrase											
3. Summarizing											
4. Reflection of feeling											
Five stage interview Kemampuan menyusun pertanyaan dan mengajukan											

Micro Skills	Nilai										Keterangan
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
pertanyaan											
1. Inititating rapport/structuring											
2. Gathering Data											
3. Mutual goal setting											
4. Working											
5. Terminating											
Focusing											
Reflection of meaning											
Terminating counseling											

Catatan :

.....

.....

.....

.....

.....